MARYLAND
Department of Health and Mental Hygiene
Office of Preparedness and Response

Cómo regresar a casa después de una inundación

Un edificio que sufrió una inundación puede ser un lugar peligroso. Esta información puede ayudarlo a protegerse a usted y a su familia de los riesgos que existen dentro de un edificio inundado. Además, le brindará información sobre cómo limpiar y hacer que su hogar vuelva a ser un lugar seguro para vivir.

Preste atención a estos peligros:

Nunca suponga que una casa que ha sido dañada por el agua es segura. Ingresar a un edificio que estuvo inundado, aun después de que el agua se haya retirado, puede presentar una gran cantidad de riesgos que pueden provocar enfermedades, lesiones e incluso la muerte. No permita que los niños ingresen a una casa después de una inundación ni mientras se realizan las tareas de limpieza, de inspección o de reparación.

- **Riesgos eléctricos:** No ingrese a un edificio inundado o húmedo si el suministro eléctrico no se ha interrumpido. Si un circuito eléctrico se mojó, interrumpa el suministro eléctrico desde la caja del interruptor principal o de los fusibles. Manténgalo desconectado hasta que un electricista autorizado haya inspeccionado y reparado el cableado o equipo eléctrico y el inspector local de edificios haya aprobado esta tarea.

- **Daños estructurales:** No ingrese a un edificio si los marcos o los cimientos tienen daños. Antes de ingresar, observe el lugar con atención. Salga del edificio inmediatamente si percibe algún movimiento o ruido extraño. Esto es una señal de que haya un posible derrumbe del edificio. Comuníquese con el inspector local del edificio para que realice una inspección de seguridad.

- **Materiales peligrosos:** Entre los materiales peligrosos que se encuentran en las casas inundadas, se pueden incluir pesticidas, combustible, gasolina, químicos y otras sustancias que pueden haber llegado o haberse derramado como consecuencia del agua de la inundación. Los edificios con daños también pueden presentar asbesto y pintura a base de plomo, lo cual puede provocar problemas de salud durante la limpieza. Casi todos los materiales de construcción que visiblemente no sean de madera maciza, vidrio ni metal, podrían tener asbesto. Es posible encontrar pintura a base de plomo en viviendas construidas antes de 1978. Este material se sigue utilizando en edificios comerciales e industriales.

- **Peligros relacionados con animales e insectos:** Antes de ingresar a un edificio, observe el lugar con atención. Busque si hay animales desplazados en el interior, como perros, gatos, mapaches y roedores. Tenga cuidado con las serpientes y con los insectos, como avispas, hormigas coloradas y mosquitos.

- **Lesiones:** Los objetos caídos, los elementos rotos o dañados de un edificio y las superficies resbaladizas pueden provocar lesiones, cortaduras y fracturas. Levantar objetos pesados puede causar lesiones en la espalda y distensión muscular.

- **Peligros biológicos:** Los virus, las bacterias, los hongos (moho y mildiu) y otros microorganismos pueden provocar lesiones al inhalarlos, ingerirlos o al entrar en contacto con la piel. Es posible que los virus, las bacterias y otros microorganismos queden en el interior de los edificios a causa de la crecida y que el moho y el mildiu crezcan en los interiores una vez que el agua retroceda.
  - **Virus, bacterias y otros microorganismos**: Si usted, por accidente, ingiere el agua de la inundación o la suciedad que esta dejó, es posible que desarrolle alguna enfermedad gastrointestinal (del tracto digestivo).

-más-

- **Moho y mildiu (hongos):** El moho crecerá en diversos objetos de los edificios, como alfombras, muebles y otros elementos que permanezcan húmedos por más de 24 horas. Las colonias de moho son las manchas moteadas o irregulares de color negro, marrón, verde o blanco que observará en las placas, en la madera de muebles y armarios, en la ropa, en las vigas paredes y en casi cualquier otra superficie. El moho libera partículas diminutas en el aire que pueden causar enfermedades alérgicas como la rinitis alérgica (tos, estornudos, irritación en los ojos), síntomas relacionados con el asma u otras enfermedades respiratorias que pueden ser graves. Ciertos tipos de moho también pueden producir toxinas que pueden causar otras enfermedades. Todos los días estamos expuestos al moho, en ambientes internos y externos. Sin embargo, la contaminación con moho puede ser bastante grave en un edificio dañado por el agua. Los riesgos de la salud son mayores para las personas con alergia o asma, con un sistema inmune vulnerable y para las personas muy ancianas o muy jóvenes.

Manténgase a salvo mientras trabaja:

- Utilice un casco y gafas de seguridad cuando haya peligro de que caigan materiales.
- Utilice guantes de trabajo de cuero para proteger las manos de cortaduras o guantes de caucho para evitar estar expuesto a químicos peligrosos.
- Utilice botas de caucho o botas con suela resistente, preferentemente con puntas de acero, al trabajar y levantar objetos.
- Cubra su rostro con una máscara. Al ingresar a un edificio inundado, utilice una máscara contra el polvo o respirador para disminuir la exposición al moho. En las ferreterías o en las tiendas de productos para el hogar, adquiera máscaras aprobadas por el Instituto Nacional para la Seguridad y la Salud Ocupacional (NIOSH, por sus siglas en inglés), de clasificación N95. Estas dos marcas deben encontrarse tanto en el respirador como en el contenedor. Lea y siga las instrucciones que figuran en el paquete de la máscara. Recuerde que las máscaras contra el polvo solo brindan protección contra materiales sólidos, como polvos y líquidos. Las máscaras contra el polvo no ofrecen protección contra gases y vapores. Estos tipos de máscaras son desechables y deberían descartarse al final del día.
- Manténgase alerta. Los accidentes suceden cuando una persona está cansada. Tómese los descansos que necesite y beba abundante líquido para evitar deshidratarse. Nunca beba alcohol al trabajar en un edificio inundado.
- Protéjase de las bacterias, los virus y otros microorganismos. Si desea evitar enfermarse, utilice guantes de caucho al trabajar. No coma, beba ni fume dentro de la casa y lávese las manos frecuentemente con agua limpia y jabón.
- Humedezca el moho. Antes de mover, limpiar o entrar en contacto con materiales cubiertos de moho o mildiu, humedezca el moho con una solución jabonosa usando un atomizador para evitar que el moho se libere en el aire. Hágalo incluso si el material ya está húmedo, ya que es probable que el moho no lo esté. Recuerde que el moho puede provocar enfermedades aún después de haber rociado algún desinfectante (limpiador antimoho o antimildiu) para combatirlo.
- Tenga cuidado al levantar objetos. Para evitar lesiones en la espalda al levantar o manipular cargas pesadas y voluminosas como muebles o alfombras, evite levantar más de 50 libras por persona.
- Pida ayuda. Antes de alterar o eliminar materiales que pueden ser peligrosos, tome precauciones para evitar la exposición. Si percibe un olor químico o si el contenedor de un material nocivo se derramó en el edificio, pida ayuda en el departamento de bomberos o en el departamento de salud local.
- Prepárese. Si tiene una cortada o herida punzante que entra en contacto con el agua de la inundación o con la suciedad que dejó, acuda a un médico. Asegúrese de tener al día las vacunas contra el tétano antes de trabajar en la casa. Una vez inmunizada, una persona adulta debe colocarse una dosis de refuerzo cada 10 años.

-más-

Para que un edificio inundado pueda volverse a ocupar en forma segura, debe estar completamente seco. Se debe eliminar todo tipo de suciedad y basura de los muebles y materiales del edificio que quedaron tras la inundación. Se debe limpiar y desinfectar completamente los artículos con moho o mildiu, o bien, desecharlos. Si no lo hace, el moho y el mildiu volverán a aparecer y es probable que, en el futuro, causen problemas de salud en su familia y usted. Antes de regresar a vivir a su casa, tome las siguientes medidas:

- **Ordene el lugar.** Quite toda el agua de la inundación, la suciedad y los escombros que esta dejó.
- **Elimine el moho y el mildiu.** Quite del edificio cualquier material o muebles que hayan absorbido agua. Limpie y seque cuidadosamente los demás materiales del edificio que tengan moho o mildiu, o bien, quítelos y reemplácelos por otros.
- **Revise los pisos.** Resulta imposible hacer una buena limpieza de las alfombras y del relleno para prevenir el crecimiento de moho y mildiu. Deséchelos. Quite el piso y contrapiso si no puede limpiarlos y secarlos por completo o si comenzaron a deteriorarse. Debe secar por completo y desinfectar el piso y contrapiso restante. Verifique que no haya humedad atrapada dentro del contrapiso o encima de este. Quite el contrapiso hecho de aglomerado o de madera contrachapada y reemplácelo, ya que es imposible secarlo y desinfectarlo por completo. Asimismo, limpie y deje secar los semisótanos.
- **Seque las paredes.** Si las paredes se humedecieron, quite los paneles hasta llegar al entramado y retire la capa aislante. Las paredes deben permanecer abiertas para permitir que se sequen por completo. Inspeccione otras cavidades de la pared para detectar el crecimiento visible de moho. Se deben abrir, limpiar, descontaminar y secar todas las áreas dentro de las cavidades en paredes que presenten un crecimiento visible de moho. Se debe analizar el exterior de cada edificio (revestimientos, etc.) para ver si se deberían quitar algunos materiales del exterior o todos ellos. Es probable que las paredes de yeso, de ladrillos y de bloques de hormigón puedan limpiarse, desinfectarse y secarse por completo.
- **Revise los sistemas de calefacción y de aire acondicionado (HVAC, por sus siglas en inglés).** Si el sistema HVAC o los conductos de aire se inundaron, tenga cuidado. Las partes internas de los sistemas de calefacción y de aire acondicionado que estuvieron en contacto con el agua de la inundación son sitios ocultos donde puede aparecer moho. Si el moho crece en el sistema, es probable que sus partículas se liberen en el aire y produzcan enfermedades en las personas. Las piezas internas (horno, aire acondicionado, refrigeración y bobinas de los ventiladores) deben inspeccionarse, limpiarse y descontaminarse por un profesional. Quite, limpie, desinfecte y vuelva a instalar las rejillas de ventilación (conductos) y los difusores de aire. Reemplace los conductos de aire revestidos y las tablas de los conductos que se hayan mojado. Las láminas de metal puro que componen la red de conductos se pueden desarmar, lavar, desinfectar, secar y volver a colocar. Los servicios de limpieza de conductos de aire no son muy eficaces para limpiar conductos de aire inundados. Solo son útiles en conductos de láminas de metal puro.
- **Rescate lo que pueda.** Los bienes personales y los muebles que estén húmedos o mojados por 24 horas luego de que el agua de la inundación haya retrocedido, tendrán moho tanto en el interior como el exterior. Las prendas de vestir y la ropa blanca pueden recuperarse. Para ello, lávelas con cloro y detergente o envíelas a una lavandería o tintorería. Los muebles tapizados, los colchones y los muebles fabricados con aglomerado o con madera contrachapada deberían desecharse.
- **Elimine las sustancias contaminantes.** Asegúrese de eliminar toda sustancia química contaminante y todo material peligroso del edificio. Para una correcta eliminación de desechos, comuníquese con el servicio de eliminación de residuos local.
- **Asegúrese de que todas las partes del edificio estén secas antes de hacer alguna reparación o de volver a construir.** El moho volverá a aparecer en los materiales que se utilicen para reemplazar la estructura anterior si el entramado de las paredes, el contrapiso u otras partes del edificio no están completamente secas. La estructura debería someterse a una prueba con un higrómetro antes de comenzar a reemplazar las partes dañadas de la casa.

-más-

Limpie y seque de manera adecuada:

- Los materiales impermeables (materiales que no absorben el agua), los muebles y otras superficies deberían limpiarse cuidadosamente, desinfectarse y dejar secar por completo.
- Primero, restriegue todas las superficies con agua y detergente y enjuague bien. Esto eliminará el moho, las esporas del moho y la suciedad donde pueden crecer el moho y el mildiu.
- Desinfecte todo. Utilice cloro líquido para desinfectar y matar el moho y el mildiu que pueda haber quedado. Siga las instrucciones que figuran en la etiqueta y deje que el cloro actúe en la superficie por al menos 15 minutos antes de enjuagar y secar.
- Luego de limpiar y desinfectar, debe secar cada artículo por completo; de lo contrario, el moho y el mildiu volverán a aparecer. Para un secado rápido, deje que circule aire fresco.

Lo más importante que puede hacer para protegerse es usar el sentido común y ser consciente de la seguridad y los riesgos de la salud. No ingrese a un edificio que, con certeza, no es seguro. Si tiene alguna inquietud o necesita asistencia, comuníquese con el departamento de salud local o con la oficina de inspección técnica de edificios.

Esta información es cortesía del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte, División de Salud Pública, Rama de Epidemiología Ocupacional y Ambiental, http://epi.publichealth.nc.gov/oee/a_z/mold.html.